

Die Gen-Diät-Revolution

Neue Wege zur Traumfigur

Wie alle Lebewesen dieser Erde sind wir Menschen das Ergebnis der Evolution, die schon Millionen von Jahren andauert. Das Erbmaterial, das unsere Entwicklung und unser Aussehen bestimmt, wird von Generation zu Generation übertragen. Obwohl 95% des Erbmaterials identisch ist, haben alle Menschen doch einen individuellen genetischen Code,

der Augen- oder Haarfarbe, Größe, Statur, Blutgruppe und vieles mehr bestimmt. Das liegt an unserer menschlichen DNA.

So ist in jeder unserer ca. hundertmilliarden Zellen diese DNA mit 4 wichtigen Bausteinen: Cytosin (C), Guanin (G), Thymin (T) und Adenin (A), die streng nach einer genauen Reihenfolge auftreten, vorhanden. Aber es gibt in dieser strengen Reihenfolge auch Aus-

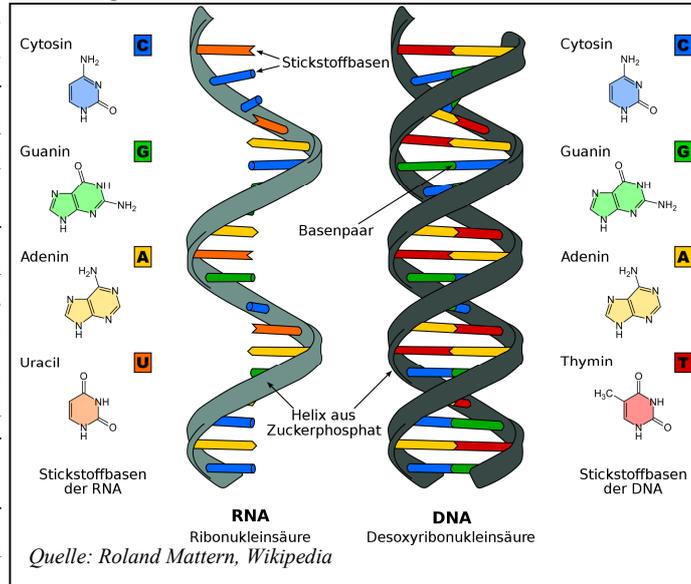
nahmen. Diese nennen wir SNP, als Abkürzung für den Begriff **Single Nucleotide Polymorphismen**. Diese SNPs sind der Grund für unsere Einzigartigkeit und Individualität.

Diese Gene entscheiden jedoch nicht nur über unsere äußere Erscheinung, sondern auch, ob wir Schriftsteller, Musiker, Spitzensportler, Mathematiker oder begabter Handwerker werden.

Nur bei Ernährungsprogrammen wurde dies bis jetzt ignoriert. Man gab allen die gleiche Diät und

wunderte sich, warum der eine super abnimmt und sich beim anderen nichts tut. Nun endlich hat man die Stoffwechselfgene entdeckt; jetzt kann man genau bestimmen, was der Einzelne gut verstoffwechseln kann. So nehmen manche Menschen gut mit Kohlenhydraten, andere mit Eiweißen und andere mit Fetten ab. Aber nicht nur dabei gibt es genetische Unter-

schiede, sondern auch in der Essenshäufigkeit (2,3,4 oder 5 Mahlzeiten pro Tag) und in der günstigen Sportart (Ausdauersportler oder Kurzstreckensportler). Doch auch beim Grundumsatz gibt es erhebliche Unterschiede. Manche Menschen verbrennen über 3000 kcal, können also Berge essen, ohne dick zu werden, andere kommen schon mit 800 kcal oder noch weniger aus und nehmen quasi schon vom



Zusehen zu.

Durch die Zusammenarbeit mit einem Düsseldorfer Genforschungsinstitut ist es nun möglich geworden, diese Tests in unserem Haus durchzuführen. Machen Sie Ihren großen Stoffwechselftest und erfahren Sie, was Sie zukünftig tun sollten, um rank, schlank und fit zu werden und zu bleiben.

Weitere Infos und Termine:

Praxis Dr. Petra Sommer, Tel. 06751/876301 oder drsommer.arztpraxis@maasberg-therme.de

Die Gen-Diät-Revolution

Unser großer Gen-Test beinhaltet diese Leistungen:

- DNA-Analyse: Genetische Bestimmung Ihres Stoffwechselftyps: welche Nahrungsmittel können Sie besonders gut verstoffwechseln
- Genetische Bestimmung Ihres Muskeltyps: bei welcher Sportart verbrennen Sie besonders viele Kalorien
- Exakte Bestimmung Ihres Grundumsatzes in Ruhe und unter Belastung
- Bestimmung der Körperzusammensetzung (Fett-, Muskel- und Wassermasse)
- Genetische Bestimmung Ihres Essensrhythmus: wie viele Mahlzeiten pro Tag sind für Sie am sinnvollsten
- Blutzuckerbelastungstest: wie aktiv ist Ihre Bauchspeicheldrüse bei der Verbrennung

- Laktattest: bei welcher Pulsfrequenz verbrennt ihr Muskel am besten? (3 Tests bei unterschiedlicher Belastung)
- Nahrungsmittelallergietest: welche Nahrungsmittel bleiben zu lange in Ihrem Darm
- Ausführliche ärztliche Ergebnis-besprechung und ausführlicher individueller Ernährungsplan inkl. Kochrezepten

Pauschalpreis € 599,-

Da verschiedene Untersuchungen aus mediz. Gründen nicht am gleichen Tag durchgeführt werden können, sollten Sie mindestens 2 Übernachtungen einplanen.

Pauschalpreis € 799,-

inklusive 2 Übernachtungen/Frühstück

- kein Einzelzimmerzuschlag bei diesem Sonderprogramm -